

第2次会津若松市食育推進計画にかかるアンケート調査の結果について

【第2次会津若松市食育推進計画】

- 計画期間: 令和3年度から令和7年度までの5か年計画
- 基本理念: 食で育む『こころ』も『からだ』もたくましく生きるあいづっこ
- 基本目標: 1. 健康長寿につながる食育の推進
2. 「食べるための力」を身につける食育の推進
3. 3つの「わ」(環・輪・和)による食育の推進

第2次会津若松市食育推進計画の取組目標について、毎年健康づくり推進協議会にて進捗報告（令和4年度分は令和5年6月20日に実施）をしているところですが、現状値を把握できなかった項目につきまして、令和5年度に成人及び中学3年生に対し別途アンケート調査を実施したことから、その結果について報告するものです。

1. アンケート調査の概要

(1) 対象

【成人】

対象者	抽出方法	調査方法	回答方法	調査期間
20歳～89歳の男女	無作為抽出法	郵送	郵送またはオンライン	7～8月

内訳

年代 (基準日: 令和5年6月1日)	送付数※ (内訳)	回収数 (回収率)
20代から50代	各400人 (各年代 男女各200人)	841件 (35.0%) ○郵送: 613件 (72.9%) ○オンライン: 228件 (27.1%)
60代から70代	各300人 (各年代 男女各150人)	
80代	200人 (男女各100人)	
合計	2400人 (男女各1,200人)	

※中間評価時 (H27)の回収率をふまえ、傾斜送付。80歳代は後期高齢者人数の増加に伴い増設

【中学3年生】

対象	対象数	調査方法	調査期間	回収数 (回収率)
市内公立中学校 第3学年生徒	933件	学校での調査	8～9月	798件 (85.5%)

(2) 内容

【成人】

地域の食状況調査 (全18問)

- ①基本項目 (性別・年齢・同居世帯人数・就業状況・体格・疾病状況・就寝時間・排便等)
- ②朝食について (摂取状況、誰と食べるか等)
- ③食事について (食べる頻度の高い食事内容、外食頻度、中食頻度等)
- ④食材を購入するときの優先度 (理由、会津産について)
- ⑤こづゆの経験 (喫食、調理)
- ⑥寝る前の飲食の有無
- ⑦この1か月間の状況について (調味料について、食べる速さ、甘い飲み物の摂取)
- ⑧食生活について (満足度、悩みや不安、食に関する相談先)
- ⑨健康への意識
- ⑩食育への関わり

【中学3年生】

食の状況調査（全8問）

- ①朝食の摂取の有無
- ②食事は誰と食べるか（朝・夕）
- ③寝る前の飲食の有無
- ④寝る時間
- ⑤調理について（自分で作れる料理、食事の準備）
- ⑥こづゆの経験（喫食、調理）
- ⑦体育の授業以外の体を動かす機会
- ⑧体格（身長、体重）

2. 評価項目における調査結果

【成人】18問中、評価項目は5項目

評価項目	調査結果	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
朝食または夕食で「主食とおかず」を組み合わせた食事を食べる成人	75.6%	減少（未達成）
早食い習慣のある成人	39.4%	増加（未達成）
甘い飲みものの摂取習慣のある成人 (甘い飲みものを週4杯以上摂取する成人)	23.1%	増加（未達成）
なんらかの適塩行動がある成人 (調味料使用量「やや少なめ・かなり少なめの成人」)	38.2%	減少（未達成）
郷土料理（こづゆ）を作ったことがある成人	53.8%	増加（未達成）

【中学3年生】 8問中、評価項目は5項目

評価項目	調査結果	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
寝る前飲食習慣のある子ども (寝る前の飲食習慣のある中学3年生)	59.6%	増加（未達成）
朝食または夕食を誰かと一緒に食べる子ども (中学3年生)	94.2%	減少（未達成）
主食とおかずを組み合わせた食事を自分で用意できる青少年（中学3年生）	84.3%	増加（達成）
朝食を食べる子どもの増加（中学3年生）	77.4%	減少（未達成）
郷土料理（こづゆ）を作ったことがある中学3年生	31.5%	増加（達成）

3. アンケート結果のまとめ

アンケート調査による評価項目の結果、成人が5項目中4項目が減少し、1項目は増加しましたが、目標達成には至りませんでした。中学3年生は5目中3項目が減少で目標達成に至りませんでした。2項目が増加し目標を達成しました。

今回の結果から、目標値の達成に至った項目が2項目だったため、令和7年度の目標達成に向けて、引き続き食育事業の推進にあわせ、子どもの頃からの正しい生活習慣の確立に向け母子保健事業との連携や、課内・庁内の事業と協力しながら実践していきます。

取組目標		第2次食育計画 策定時の値		第2次食育計画期間				※市関係部局		
		R元年	R2年	R3年	R4年	R5年	目標値(R7)			
項目										
1	栄養相談利用者数(電話・窓口栄養相談数)	100件	89件	50件	32件		200件	健康増進課		
2	朝食または夕食で「主食とおかず」を組み合わせた食事を食べる成人	-	77.2%	-	-	75.6%	80%	健康増進課		
3	肥満につながる食習慣	寝る前飲食習慣のあるこども (寝る前の飲食習慣のある中学3年生)		57.2%	-	46.8%	-	59.6%	50%	健康増進課 学校教育課
4		早食い習慣のある成人 (早食い習慣のある成人)		-	36.7%	-	-	39.4%	30%	
5	甘い飲みものの摂取習慣	甘い飲みものの摂取習慣のあるこども (甘い飲みものを毎日摂取する3歳児)		47.5%	47.0%	42.1%	42.7%		40%	健康増進課 こども保育課
6		甘い飲みものの摂取習慣のある成人 (甘い飲みものを週4杯以上摂取する成人)		-	13.1%	-	-	23.1%	10%	
7	なんらかの適塩行動がある成人 (調味料使用量「やや少なめ・かなり少なめ」の成人)		-	38.9%	-	-	38.2%	45%	健康増進課 高齢福祉課	
8	朝食または夕食を誰かと一緒に食べるこども (中学3年生)		-	-	96.5%	-	94.2%	増加	健康増進課	
9	主食とおかずを組み合わせた食事を自分で用意できる青少年 (中学3年生)		-	-	83.9%	-	84.3%	増加	健康増進課	
10	朝食を食べるこどもの増加(中学3年生)		-	-	82.4%	-	77.4%	増加	健康増進課 学校教育課	
11	学校給食での食材利用・地元農産物利用割合 (他計画指標[あいづわかまつ地産地消プラン])		54.6%	54.3%	54.5%	53.5%		55% (R8:56%)	農政課	
12	食育ネットワーク参加団体数		24団体	29団体	29団体	29団体		40団体	健康増進課	
13	郷土料理づくり体験の経験	郷土料理(こづゆ)を作ったことがある中学3年生		-	-	28.8%	-	31.5%	増加	健康増進課 ほか
14		郷土料理(こづゆ)を作ったことがある成人		-	52.1%	-	-	53.8%	60%	
15	農林業体験交流人口※交流機会の提供回数 (他計画指標[あいづわかまつ地産地消プラン])		6,046人	3,033人 ※12回	2,489人 ※19回	3183人 ※27回		6,750人 (令和3年度) ※増加	農政課	
16	1人1日あたりの排出量(ごみ排出量) (他計画関連指標[一般廃棄物処理基本計画 改訂版])		1,257g	1,241g	1,231g	1,229g		970g (令和7年度)	廃棄物対策課	
17	食育関連ホームページアクセス数		11,071件	10,328件	26,437件	26,312件		20,000件	健康増進課 ほか	
18	食育に関する講座やイベント等の参加者数		-	37,529人	20,859人	20,365人		増加	健康増進課 ほか	

R5. 地域の食状況調査票(成人)

【成人】 アンケート調査の結果一覧

○評価指標 関連調査概要

(1)調査対象 会津若松市民20歳から89歳の男女 2,400名

(2)調査内容 地域の食状況調査

(基本項目・朝食について・食事について・食材を購入するときの優先度・こづゆについて・寝る前の
 飲食習慣・1か月間の食状況・食生活について・健康への意識・食育へのかかわり)

(3)調査期間 令和5年7月から8月

(4)調査方法 郵送もしくはオンラインによる回答

(5)回収数 841件(35.0%)

●性別

	1.男	2.女	無回答	計	有効回答数
合計	327	456	58	841	783
割合	38.9	54.2	6.9	100.0	

●年齢

	1.20歳代	2.30歳代	3.40歳代	4.50歳代	5.60歳代	6.70歳代	7.80歳代	その他	無回答	計
合計	91	109	116	132	142	152	92	1	6	841
割合	10.8	13.0	13.8	15.7	16.9	18.1	10.9	0.1	0.7	100.0

有効回答数 835

●同居世帯人数(自分を含めて)

	1.1人	2.2人	3.3人	4.4人	5.5人	6.6人	7.7人	8.8人	無回答	計
合計	120	245	193	132	74	35	19	7	16	841
割合	14.3	29.1	22.9	15.7	8.8	4.2	2.3	0.8	1.9	100.0

有効回答数 825

●職業

	1.会社員	2.公務員	3.自営業	4.農業	7.その他	計	有効回答数
合計	368	49	56	28	340	841	501
割合	43.8	5.8	6.7	3.3	40.4	100.0	

●家族の中に20歳未満の状況

	1.乳幼児	2.小学生	3.その他
合計	154	278	109

●体を動かす仕事(家事含む)の有無

	1.はい	2.いいえ	無回答	計	有効回答数
合計	628	189	24	841	817
割合	76.9	23.1		100.0	

体を動かす仕事の方が、
 回答者の76.9%と多い

●治療中の疾病の有無

	1.あり	2.なし	無回答	計	有効回答数
合計	353	454	34	841	807
割合	43.7	56.3		100.0	

※ありのうち、「高血圧」の人

人数	138
割合	39.1

治療中の疾病ありの42%
 の内、「高血圧」と回答
 された方が約4割と高く、
 市の健康課題である

●治療中の疾病がある場合・・・服薬の有無

	1.あり	2.なし	無回答	計	有効回答数
合計	328	15	10	353	343
割合	95.6	4.4		100.0	

●治療中の疾病がある場合・・・定期的な栄養指導の有無

	1.あり	2.なし	無回答	計	有効回答数
合計	51	264	38	353	315
割合	16.2	83.8		100.0	

問1.食事内容について

問1-1.毎日朝食を食べますか

	1.毎日	2.週に2-3日食べない	3.週に4-5日食べない	4.ほとんど食べない	無回答	計	有効回答数
合計	672	62	25	79	3	841	838
割合	80.2	7.4	3.0	9.4		100.0	80.2

朝食を毎日食べている方は約8割。ほとんど食べない方は約1割。食べない理由は、「時間がない」ことと「食べたくない」が6割以上を占める

問1-2.問1-1で3、4と回答した方の、食べない理由

	1.食べる時間がない	2.食べたくない	3.食べるのが面倒	4.その他	無回答	計	有効回答数
合計	32	32	14	22	4	104	100
割合	32.0	32.0	14.0	22.0		100.0	

問2.朝食は誰と食べることが多いですか。 ※1週間に4回以上

	1.ひとり	2.家族みんな	3.子ども・孫を含む家族	4.子ども・孫以外の家族	5.食べない	無回答	計	有効回答数
合計	349	304	65	39	64	20	841	821
割合	42.5	37.0	7.9	4.8	7.8		100.0	

朝食は、ひとりで食べる方が42.5%（一人暮らし含む）家族みんなや家族の誰かと食べる方が49.7%である

問3.食事で、食べる頻度の高いもの(1週間に4日以上)

朝食(複数回答あり)

	ごはん	パン	麺	汁物	おかず	菓子パン	総菜パン	食べない	計	有効回答数
合計	619	416	273	362	444	54	34	64	1,231	1,167
割合	53.0	35.6	23.4	31.0	38.0	4.6	2.9			

昼食(複数回答あり)

	ごはん	パン	麺	汁物	おかず	菓子パン	総菜パン	食べない	計	有効回答数
合計	645	396	479	220	457	66	72	32	1,326	1,294
割合	49.8	30.6	37.0	17.0	35.3	5.1	5.6			

夕食(複数回答あり)

	ごはん	パン	麺	汁物	おかず	菓子パン	総菜パン	食べない	計	有効回答数
合計	688	289	371	440	672	7	16	10	1,516	1,506
割合	45.7	19.2	24.6	29.2	44.6	0.5	1.1			

3食ともに「菓子パン」が食事の人がいる

問4.どれくらいの頻度で外食をします

	1.ほとんどしない	2.1週間に2~3回くらい	3.1週間に4~5回くらい	4.ほとんど毎日	無回答	計
合計	661	156	10	7	7	841
割合	79.3	18.7	1.2	0.8		100.0

有効回答数

834

「外食」の頻度は、ほとんどしない方が約8割と最も多い。「お惣菜や弁当購入」の頻度は、ほとんどしない方と、1週間に1回以上利用する方で約半数ずつ

問5.お惣菜や、購入したお弁当をどれくらい利用

	1.ほとんどしない	2.1週間に2~3回くらい	3.1週間に4~5回くらい	4.ほとんど毎日	無回答	計
合計	395	319	58	29	40	841
割合	49.3	39.8	7.2	3.6		100.0

有効回答数

801

お惣菜や弁当購入時の優先事項は、「価格・味・栄養バランス」の順だが、野菜や肉・魚、加工品などの食材の購入時の優先事項は、「価格・鮮度・産地」と優先度が変わる

問5-1.お惣菜やお弁当を購入する時、何を優先するか(複数回答あり)

	1.価格	2.栄養バランス	3.産地	4.栄養素	5.味	6.鮮度	7.脂質の量	8.糖分量	9.塩分量	10.健康状態
合計	580	388	93	162	400	248	84	75	107	88
割合	25.5	17.1	4.1	7.1	17.6	10.9	3.7	3.3	4.7	3.9

問6.野菜や肉・魚、加工品などの食材を購入する時何を優先しますか(複数回答あり)

	1.価格	2.栄養バランス	3.産地	4.栄養素	5.味	6.鮮度	7.脂質の量	8.糖分量	9.塩分量	10.健康状態
合計	632	249	302	192	283	511	70	57	102	72
割合	25.4	10.0	12.1	7.7	11.4	20.5	2.8	2.3	4.1	2.9

問7.食材を購入する時に会津産を優先していますか

	1.優先する	2.優先しない	3.どちらともいえない	無回答	計	有効回答数
合計	281	164	340	56	841	785
割合	35.8	20.9	43.3		100.0	

「どちらともいえない」の理由には、「鮮度により選ぶ」、「会津産がない食材がある」など、意識しているが売っていない場合も含まれている

問8.会津の郷土料理「こづゆ」を食べたことや作ったことがありますか。

	1.食べたことも作ったこともある	2.食べたことはあるが作ったことはない	3.食べたことも作ったこともない	無回答	計	有効回答数
合計	431	353	17	40	841	801
割合	53.8	44.1	2.1		100.0	53.8

こづゆを食べたことがある方は、98%と多いが、調理経験になると、約半数に減少する

問9.就寝前の2時間以内に、カロリーのあるものを「食べたり」、「飲んだり」することはあるか

	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に2~3回	4.1週間に1回以下	無回答	計	有効回答数
合計	120	18	207	418	78	841	763
割合	15.7	2.4	27.1	54.8		100.0	45.2

1週間に2回以上、寝る前の飲食がある方は、45.2%と、中学3年生より少ない

問10.主に、夜何時くらいに寝ますか

	1.21時前	2.21~22時の間	3.22~23時の間	4.23~24時の間	5.24時以降	無回答	計	有効回答数
合計	90	171	225	211	107	37	841	804
割合	11.2	21.3	28.0	26.2	13.3		100.0	

問11.お通じ(排便)について教えてください。

問11-1.頻度はどれくらいですか。(○は1つ)

	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に2~3回	4.1週間に1回以下	無回答	計	有効回答数
合計	578	128	91	10	34	841	807
割合	71.6	15.9	11.3	1.2		100.0	

問11-2.タイミングはいつですか

	1.朝起きてすぐ	2.朝食後	3.その他の時間	4.決まっていない	無回答	計	有効回答数
合計	168	324	63	253	33	841	808
割合	20.8	40.1	7.8	31.3		100.0	

問12.この1か月の間の状況についてお答えください。

問12-1.調理以外で、食事のときに使う調味料(しょうゆ・ソース)について教えてください

頻度

	1.必ず使った	2.よく使った	3.ときどき使った	4.ほとんど使わなかった	5.まったく使わなかった	無回答	計	有効回答数
合計	127	202	334	116	21	41	841	800
割合	15.9	25.3	41.8	14.5	2.6		100.0	58.9

調味料を使う頻度は、「ときどき使う」から「まったく使わない」方が約6割

量

	1.かなり多め	2.やや多め	3.ふつう	4.やや少なめ	5.かなり少なめ	無回答	計	有効回答数
合計	8	52	417	202	93	69	841	772
割合	1.0	6.7	54.0	26.2	12.0		100.0	38.2

使う調味料の量は、「やや少なめ」から「かなり少なめ」の方が約4割で、「ふつう」とあわせると92.3%である
(「ふつう」は本人の感覚による)

問12-2.食事を食べる速さについて

	1.かなり速い	2.やや速い	3.ふつう	4.やや遅い	5.かなり遅い	無回答	計	有効回答数
合計	56	261	377	92	18	37	841	804
割合	7.0	32.5	46.9	11.4	2.2		100.0	39.4

食べる速さが「かなり速い」と「やや速い」方が約4割。
肥満との関連も大きい項目のため、関連付けて見ていく

問12-3.甘い飲み物*の摂取状況について教えてください

	1.1週間に4杯以上飲んだ	2.1週間に2~3杯飲んだ	3.1週間に1杯飲んだ	4.ほとんど飲まなかった	5.まったく飲まなかった	無回答	計	有効回答数
合計	186	204	112	218	84	37	841	804
割合	23.1	25.4	13.9	27.1	10.4		100.0	23.1

甘い飲み物を「1週間に4杯以上」飲んだ方は23.1%だが、週に1杯以上飲んだ方は62.4%と半数を超える

問13. 食生活についてお聞きします。

問13-1.現在の食生活にどの程度満足していますか。

	1.満足している	2.満足していない	3.どちらともいえない	4.わからない	無回答	計	有効回答数
合計	436	94	245	28	38	841	803
割合	54.3	11.7	30.5	3.5		100.0	54.3

問13-2.日頃の食生活での悩みや不安がありますか。

	1.悩みや不安を感じている	2.悩みや不安を感じていない	3.わからない	無回答	計	有効回答数
合計	273	415	98	55	841	786
割合	34.7	52.8	12.5		100.0	34.7

問13-3.問13-2で1と答えた方の、悩みや不安はどんなことですか(複数回答あり)

	1.自分の健康	2.家族の健康	3.自分の食生活上の問題	4.家族の食生活上の問題	5.家計や食費	6.食品の安全性	7.将来の食料供給	8.食文化の継承	9.食べ残しや廃棄などの環境への影響	10.食に関する情報の氾濫
合計	208	163	119	105	162	78	31	14	51	24
割合	21.3	16.7	12.2	10.8	16.6	8.0	3.2	1.4	5.2	2.5

問14.「食」に関する悩みがある時の相談先は(複数回答あり)

	1.市役所	2.インターネット	3.知人・友人	4.家族	5.かかりつけ医	6.その他	7.悩みはない	無回答	計	有効回答数
合計	4	204	205	315	127	46	233	22	1,156	1,134
割合	0.4	18.0	18.1	27.8	11.2	4.1	20.5		100.0	

問15.健康を意識していますか

	1.意識している	2.意識していない	無回答	計	有効回答数
合計	640	179	22	841	819
割合	78.1	21.9		100.0	

問15-1.意識している内容(重複あり)

- ・塩分(64人)
- ・食事のバランス(68人)
- ・運動(43人)
- ・野菜をとる(81人)
- ・糖分(28人)
- ・家族に迷惑をかけない(6人)
- ・その他 色々..

健康を意識している方は約8割と多く、内容は「野菜を食べる」ことや「塩分」「食事のバランス」など複数意識して気を付けている方が多い

問16.食育に関わっていますか(複数回答あり)

	1.いただきます・ごちそうさまのあいさつ	2.子ども(孫)に料理や食事に関する手伝いをさせる	3.食に関するイベントや教室への参加	4.食に関する活動	5.食に関する情報を発信	6.健康に配慮した料理の販売・提供	7.食材の生産・加工・販売者	8.その他	無回答	計
合計	624	193	33	8	25	17	34	57	135	1,126
割合	55.4	17.1	2.9	0.7	2.2	1.5	3.0	5.1		100.0

有効回答数 991

食事の際のあいさつをしている方が半数以上で、食育の取り組みとして最も多い

R5. 食の状況調査票(中学校3年生)

【中学3年生】 アンケート調査の結果一覧

○評価指標 関連調査概要

- (1) 調査対象 会津若松市内公立中学校第3学年生徒 933名
- (2) 調査内容 食習慣調査票(朝食摂取状況・朝食と夕食の共食状況、食事の用意及び調理状況等)
- (3) 調査期間 令和5年8月から9月
- (4) 回収数 798件(85.5%)

問1.食事内容について

問1-1.毎日朝食を食べますか

	1.毎日	2.週に2-3日 食べない	3.週に4-5日 食べない	4.ほとんど 食べない	未記入	計	有効回答数
合計	616	101	42	37	2	798	796
割合	77.4	12.7	5.3	4.6		100.0	77.4

問1-2.問1-1で3、4と回答した方の、食べない理由

	1.食べる時間 がない	2.食べたく ない	3.食べるのが 面倒	4.その他	未記入	計	有効回答数
合計	32	25	15	6	1	79	78
割合	41.0	32.1	19.2	7.7		100.0	

問2.食事は誰と食べることが多いですか。 ※1週間に4回以上

【朝食】

	1.ひとり	2.家族みんな	3.その他	未記入	計	有効回答数
合計	318	455	6	17	796	779
割合	40.8	58.4	0.8		100.0	

「家族そろっての食事」は、朝食よりも夕食が多い

【夕食】

	1.ひとり	2.家族みんな	3.その他	未記入	計	有効回答数
合計	50	665	0	81	796	715
割合	7.0	93.0	0.0		100.0	

約6割の児が、週2回以上の寝る前摂取がある

問3.就寝前の2時間以内に、カロリーのあるものを「食べたり」、「飲んだり」することはあるか

	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に 2~3回	4.1週間に 1回以下	未記入	計	有効回答数
合計	109	64	298	319	6	796	790
割合	13.8	8.1	37.7	40.4		100.0	59.6

問4.主に、夜何時くらいに寝ますか

	1.21時前	2.21~22時 の間	3.22~23時 の間	4.23~24時 の間	5.24時以降	未記入	計	有効回答数
合計	18	79	238	286	171	4	796	792
割合	2.3	10.0	30.1	36.1	21.6		100.0	

問5.調理について

問5-1.自分ひとりで作ることができる料理(複数回答あり)

	1.ごはん	2.味噌汁	3.卵焼き	4.その他	計	有効回答数
合計	569	460	557	215	1,801	1,801
割合	31.6	25.5	30.9	11.9	100.0	

問5-2.主食とおかずの組み合わせを自分で用意できるか(複数回答あり)

	1.自分で用意 (調理)できる	2.自分で用意 (購入)できる	3.用意する 自信がない	計	有効回答数
合計	389	468	125	982	982
割合	39.6	47.7	12.7	100.0	

自分での調理は約4割だが、購入は約半数の児が可能である

問6. 会津の郷土料理「こづゆ」を食べたことや作ったことがありますか。

	1.食べたことも作 ったこともある	2.食べたことはあ るが作ったことは ない	3.食べたことも作 ったこともない	未記入	計	有効回答数
合計	249	531	11	5	796	791
割合	31.5	66.7	1.4		100.0	31.5

食べたことのある児は
98.6%と高い。
調理経験により、
伝統食を継承していく

問7. 体育の授業以外の体を動かす機会

	1.ある	2.ない	未記入	計	有効回答数
合計	450	343	3	796	793
割合	56.5	43.1	0.4	100.0	56.5

多くの児が、部活を引退した
後の時期でも、半数以上が
体を動かす習慣があった

問8. 身長と体重からみるBMIの区分

	やせ	ふつう	肥満	(再掲) 25~30未満	(再掲) 30以上	不明	計	有効回答数
合計	251	402	45	34	11	98	841	698
割合	36.0	57.6	6.4	4.9	1.6		100.0	

